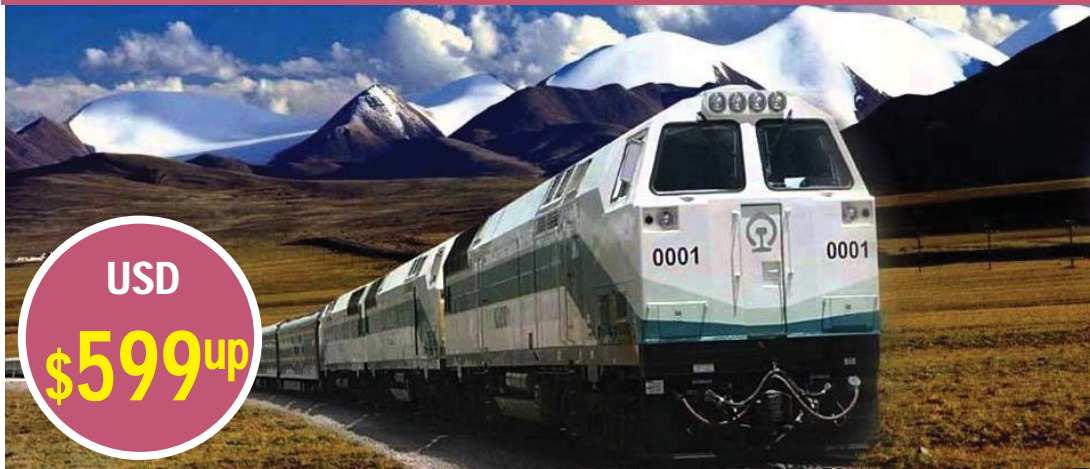


青藏鐵路·西藏青海八日天路之旅

拉薩入境-羊卓雍湖-江孜-日喀則-拉薩-西寧-青海湖-西寧出境



USD
\$599up

行程亮點

高原天路·青藏鐵路

青藏鐵路是中國新世紀四大工程之一。該路東起青海西寧，西至拉薩，全長1956公里，是世界海拔最高、線路最長的高原鐵路。沿途可欣賞崑崙山、可哥西裏、措那湖、納木錯、羊八井等美景。

舉世聞名的地標

- ★ 雪域聖殿——布達拉宮：世界屋脊明珠，世界上海拔最高的宮殿，珍存著世上獨一無二的雪域文化遺產
- ★ 藏式宗教建築典範——大昭寺：“先有大昭寺後有拉薩城”，西藏第一座寺廟，殿宇雄偉，莊嚴絢麗。
- ★ 卓央羌海——青海湖二郎劍風景區：觀賞最美的青海湖，既能欣賞湖泊的小巧玲瓏，還能看到她不一樣的大氣。

不可錯過的精彩

- ★ 後藏聖地——紮什倫布寺：喜馬拉雅山麓的片石鋪就的路面，千佛鑿像裝飾的圍牆，構築起歷代班禪駐錫之地！
- ★ 轉經聖路——八廓街：拉薩最古老的一條街道，藏人心中的聖路，時至今日仍然保留了拉薩古城的原有風貌！
- ★ 西藏聖湖——羊卓雍措：藏語意為“碧玉湖”、“天鵝池”，西藏三大聖湖之一，湖水靈動婉約，動人心魄！
- ★ 唯一的財神廟——紮基寺：西藏唯一的財神廟，寺廟雖小，但香火十分旺盛！
- ★ 佛學討論——沙拉寺辯經：爭論聲、拍手聲混雜著劈啪作響的念珠聲，沙拉寺的辯經嘈雜中透露著真實的存在。

當地風味美食

- ★ 高原菌湯、藏式風味餐

全程豪華酒店配套

- ★ 拉薩：准5★噶吉林酒店/拉薩空港花園酒店/同級
- ★ 日喀則：4★日喀則飯店/紮西曲塔大酒店/同級
- ★ 西寧：掛4★伊爾頓酒店或准5★神旺大酒店

Day 1 拉薩入境

抵達拉薩貢嘎國際機場（LXA）後，導遊會為您敬獻潔白的【哈達】。後前往拉薩市區。接著入住酒店。

（免費接機時間段：8:30am-10:30am；2:00pm-4:00pm；相鄰2小時內抵達的航班，一起接機；其他時間乘飛機抵達的客人自行前往酒店入住；乘火車前往拉薩的客人須持入藏函複印件進站，自行前往酒店入住；單獨接站或非免費接機時間段接機需另付2-3人：CAD90/車/次）

Day 2 拉薩

早餐後前往拉薩的地標【布達拉宮】，依紅山而建，規模宏大巍峨壯觀，被譽為世界屋脊的明珠。參觀【大昭寺】，拉薩最古老的寺廟，至今仍是整個藏區地位崇高的中心寺。來到【八廓街】，又名八角街，是拉薩著名的轉經道和商業中心，較完整地保存了拉薩古城的傳統面貌和居住方式。參觀藏茶店。
餐：B/L/D

Day 3 拉薩-羊卓雍湖-卡若拉冰川-江孜-日喀則

早餐後翻越【岡巴拉雪山】，遊覽西藏三大聖湖之一的【羊卓雍湖】。經過古城江孜前往後藏重鎮一日喀則。從羊卓雍湖出來後，跨越卡若拉山口後就來到了【卡若拉冰川】（推薦專案）的冰舌下。此處雪山高聳（念青康桑峰7300米），周圍冰川地貌突出，巨大的冰川從山頂一直伸展到離公路只有幾百米的公路邊，加上山嶺雲霧

霧繚繞，彷彿來到了生命絕跡的大莽蓋頭。【帕拉莊園】（推薦專案）是西藏大貴族帕拉家族的主莊園，位居舊西藏十二大莊園之列，是目前西藏唯一保存完整的舊西藏三大領主貴族莊園。
餐：B/L/D

Day 4 日喀則-拉薩

早餐後參觀藏傳佛教格魯派四大寺之一、日喀則地區最大的寺廟——【紮什倫布寺】，可與達賴的布達拉宮相媲美。紮什倫布寺強巴大佛是世上最大的銅佛像，很受信徒的重視。之後返回拉薩。途中可自願選擇參加【藏民家訪】（推薦專案），走進藏族人家，品嚐藏族食品，體驗藏族民俗，欣賞藏族服飾及歌舞表演。
餐：B/L/D

Day 5 拉薩

早餐後參觀全西藏唯一的一座財神廟——【紮基寺】。參觀地礦博物館，在此可購買到天珠、唐卡等工藝品。午餐後，前往“拉薩三大寺”之一的【沙拉寺】，全稱為“沙拉大乘寺”。參觀西藏自治區國營的藏藥廠。
餐：B/L/D

Day 6 拉薩-西寧

早餐後乘坐軟臥火車前往西寧。途徑著名的【羊八井】、天湖【納木錯】、長江源頭第一橋【沱沱江大橋】、最大最神秘的無人區【可哥西裏】、翻越“亞洲脊樑”【崑崙山口】、【萬丈鹽橋】、【柴達木盆地】、中國第一個核武器研製基地【海北金銀灘原子城】、【青海湖】（今日午餐和晚餐請在火車上自理）。
餐：B

Day 7 西寧

抵達西寧（早餐請在火車上自理），接站後享用午餐。後經青海遼源【丹噶爾古城】。丹噶爾，意為“白海螺”，素有“海藏咽喉”、“茶馬商都”、“小北京”之美稱。遠觀【日月山】；“天下河流皆向東，唯有此溪向西流”的倒淌河。參觀中國最大的內陸鹹水湖【青海湖二郎劍風景區】；沿湖畔公路欣賞青海的湖光山色。返回途中參觀青海玉昆崙，欣賞青海玉昆崙文化。
餐：L/D

Day 8 西寧出境

早餐後送機，帶著美好的回憶返回家鄉。
餐：B

推薦自費項目 Local Program：

（隆重推薦，費用請於當地支付給導遊）

卡若拉冰川 + 帕拉莊園 + 藏民家訪 = RMB 580/人
（具體專案及金額以導遊實際安排為準）

【溫馨提示】：

高原反應。部分人初到高原，有或輕或重的高原反應。克服高原反應的關鍵是克服自我內心的恐懼。為防止高原反應請隨身攜帶一些抗高原反應藥：諾迪康膠囊、紅景天及其製劑、西洋參（對緩解極度疲勞很有用）、速效救心丸等。抵達第一天不要做任何劇烈運動；當晚不要洗澡，以防感冒；不要飲酒，多飲水及吃水果；勿暴食多休息。儘量不要外出活動，保持平常心態和充分的休息。心、肺、腦、肝、腎有明顯病變，以及嚴重貧血或高血壓的病人，切勿盲目進入高原，另外請不要帶嚴重的感冒進藏。

Tour Code: LXA8

2017年有效期	團費 (USD)
4月1日 - 6月30日；10月1日 - 10月31日	\$799
9月1日 - 9月30日	\$899
11月1日 - 2018年2月	\$599
單房差 不含火車上單間費用	\$300

其他費用： 貨幣單位：美金USD

綜合服務費（大小同價）Tips **\$80**
指定自費專案（大小同價）Compulsory Program **\$180**
羊卓雍湖 + 大昭寺 + 布達拉宮 + 八角街

詳細出團日期表（以下為抵達日期）：

17年04月	5, 12, 19, 26	17年05月	3, 10, 17, 24, 31
17年06月	7, 14, 21, 28	17年09月	6, 13, 20, 27
17年10月	4, 11, 18, 25	17年11月	1, 8, 15, 22, 29
17年12月	6	18年01月	10
18年02月	7		

備註：

- 團費=報名費+指定自費+服務費；報名費於報名時支付，服務費和指定自費於抵達後現付導遊（這兩項為團費的必要組成部分，在任何情況下都必須足額支付）。2歲以上指定自費和服務費與成人同價，2歲以下免費。服務費含導遊、司機小費，不含行李員服務生服務費。
- 持有中國身份證、中國護照、香港或澳門回鄉證的客人不需要辦理入藏函，但需用以上證件購買國內段入藏機票。進藏除攜帶以上證件外，還須攜帶美國護照或綠卡等證明是華人華僑的相關證件。
- 持外國護照的遊客需要辦理入藏函，乘坐飛機進入拉薩必須持有《入藏函》才能登機，乘坐火車進入拉薩必須持有《入藏函》影本，辦理入藏函要求客人必須是中國旅遊簽證“L”。不接收臺灣客人及持外國記者簽證客人。
- 報名費已含入藏函費用（僅限從北京、上海、廣州或成都進藏）。辦理入藏函所需資訊：護照掃描件、簽證掃描件、國籍、職業、性別、出生日期、準確的入境及入藏航班資訊，如上資訊請務必提前至少30天提交，如因資訊錯誤或延遲提交而造成入藏函無法辦理，我社概不承擔任何責任，因此導致的一系列損失由客人承擔。辦好後，請務必通知遊客通過以下兩種方式及時領取《入藏函》。
- 領取入藏函的方式：
a. 專人派送：USD\$80/次，僅限送至北京、上海、廣州、成都的機場或市區，請務必提前告知準確地點及聯繫人。
b. 郵寄派送：USD\$10/次，僅限中國省會城市的市區，請務必提前告知郵寄地址（如郵寄至市區酒店還需提供入住及離開酒店的日期、預訂方式“例如名字或團號等”）、郵編、收件人及聯繫方式等。
- 以上是針對加拿大成人（非學生團）的價格，華人西人同價（不提供英文服務）。12歲以下客人報名費如下：

有效期	2-11周歲 (不占床含早)	2-11周歲 (占床)	2周歲以下 (不占床)
4月1日 - 6月30日； 10月1日 - 10月31日	\$329	\$519	\$79.9
9月1日 - 9月30日	\$379	\$609	\$89.9
11月1日 - 2018年2月	\$229	\$399	\$59.9

- 全程跟團；若客人在行程中不跟團，則需補USD100/人/天脫團費用，其他費用不退。
- 此團專為海外華人設計，安排優秀中文導遊。
- 本公司保留修改行程的權利以便讓團體成行或順利完成計畫。
- 我社保留因匯率波動，接待價格波動而調整價格的權利，並不需提前通知。

您的特約代理 Your Travel Agent：

THE LEGEND HOLIDAYS

(415) 386-1300